



Tennisferien Insel Elba, 23.9 – 30.9.2023

Zusatzangebot: Massage, Fitness & Ernährung

Ich freue mich sehr, dieses Jahr als Gesundheitscoach mit euch in die Tennisferien nach Elba mitzukommen und mich um euer gesundheitliches Wohl zu kümmern.

Mein Angebot während den Tennisferien:

Massage:

- Lockerung und Entspannung nach dem Training (30min)
- Nacken-/Schulter-/Kopfmassage (30min)
- Ganzkörper Entspannungsmassage (60min)

Konditionen:

- CHF 140.- für 60 min (mit Versicherung)*
- CHF 100.- für 60 min (ohne Versicherung)*
- Bitte im Voraus mit der Ferienanmeldung buchen, zahlbar vor Ort

Fitness- & Ernährung:

Gruppenkurse:

- Dehn & Koordinationstraining (45 min)
- Fitnesstraining (45 min)
- Ernährungsberatung (60min)

Konditionen:

- 25.- pro Teilnehmer und Kurs
- Mind. 5 Teilnehmer pro Kurs
- Frequenz pro Woche definieren wir nach Bedarf und vor Ort
- Anmeldung und Bezahlung vor Ort

** Ich bin krankenkassen- anerkannte Therapeutin für Massage & Akupressur. Dh. falls du eine Krankenkassen-Zusatzversicherung hast, kannst du den Betrag für die Behandlung rückerstatten. Informiere dich vorab bei deiner Krankenkasse.*

Meine Registrierungs-Nr. lautet ZSR T63543, Nadia Tregnago



Deine Gesundheit in guten Händen:

Nadia Tregnago

- Dipl. Therapeutin für Akupressur & Massage
- Zert. Med. Fitnessinstructorin & Ernährungsberaterin
- Zert. Hypnosetherapeutin